

ЦИКЛИЧНОЕ Цикличное МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1.5 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,3	6,1	10,3	110,0	0,70	0,05	0,10	0,04	0,06	91,20	86,15	19,02	0,41	153,04	7,33	0,00	0,01	189	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	2,0	9,0	13,4	142,9	0,00	0,03	0,02	0,07	0,15	6,14	18,80	3,38	0,28	25,42	0,00	0,00	0,00	1	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,64	0,00	1,00	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	347	5,3	15,1	30,5	280,0	0,70	0,08	0,12	0,11	0,21	101,98	104,95	23,40	0,69	179,00	7,33	0,00	0,01		
II Завтрак																				
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,9	1,2	8,9	50,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,48	10,80	2,40	0,25	13,20	0,00	0,00	0,00		2008
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	112	1,4	1,3	18,8	93,0	2,00	0,02	0,01	0,00	0,00	10,48	17,80	6,40	1,65	13,20	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	1,4	4,3	5,8	68,2	8,79	0,03	0,03	0,12	0,06	34,88	27,69	12,56	0,63	167,65	2,70	0,00	0,01	83	2008
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	7,2	7,4	29,0	211,3	1,70	0,05	0,06	0,28	0,05	14,95	94,81	27,46	0,93	167,82	3,24	0,01	0,05	304	2012
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	30	0,5	3,1	2,7	41,0	1,28	0,00	0,01	0,00	0,00	11,75	12,66	6,38	0,41	91,87	2,23	0,00	0,01	33	2012
КИСЕЛЬ	150	0,0	0,0	21,6	86,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,67	3,24	1,44	0,00	0,67	0,00	0,00	0,00	411	2008
ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,70	45,15	0,00	0,00	0,01		2008
Итого за прием пищи:	495	11,8	15,0	76,7	490,0	11,77	0,14	0,12	0,40	0,11	78,30	167,80	59,39	2,67	473,16	8,17	0,01	0,08		
Полдник																				
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	40/5	5,7	16,9	3,9	191,9	0,09	0,02	0,09	0,05	0,02	58,44	71,96	7,96	0,22	65,99	2,26	0,01	0,01	231	2012
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	180	3,9	15,9	10,7	202,1	0,66	0,04	0,14	0,09	0,22	135,85	95,54	15,27	0,17	190,48	11,46	0,00	0,00	112	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170/7/3	0,1	0,0	11,8	48,3	0,68	0,00	0,00	0,00	0,00	9,59	2,32	2,79	0,18	12,68	0,00	0,00	0,00	393	2012
ХЛЕБ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00	0,00	0,01		2008
Итого за прием пищи:	445	12,8	33,0	46,5	537,0	1,43	0,12	0,25	0,14	0,24	213,08	203,42	39,22	1,37	320,75	13,72	0,01	0,02		
Всего за день:		31,3	64,4	172,5	1 400,0	15,90	0,36	0,50	0,65	0,56	403,84	493,97	128,41	6,38	986,11	29,22	0,02	0,11		

2 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША "ДРУЖБА"	150	3,4	4,4	12,9	105,1	0,43	0,04	0,09	0,02	0,03	88,62	80,02	16,73	0,29	138,53	7,72	0,00	0,00	190	2008	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35/5	1,5	4,3	13,6	98,8	1,80	0,02	0,01	0,03	0,07	5,33	14,58	3,23	0,23	25,38	0,00	0,00	0,00	2	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	3,2	8,4	76,1	0,50	0,03	0,10	0,02	0,00	102,84	79,37	18,31	0,43	166,96	8,60	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	350	8,0	11,9	34,9	280,0	2,73	0,09	0,20	0,07	0,10	196,79	173,97	38,27	0,95	330,87	16,32	0,00	0,00			
II Завтрак																					
ВАФЛИ	12	0,3	0,4	9,3	42,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,92	4,32	1,20	0,18	16,80	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	100/5	0,0	0,0	6,9	27,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,27	0,00	0,70	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	117	0,3	0,4	16,2	70,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,19	4,32	1,90	0,18	17,25	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б	150	1,5	2,5	11,5	74,8	5,75	0,07	0,04	0,12	0,00	14,74	41,31	17,70	0,71	405,42	3,85	0,00	0,02	77	2012	
РЫБА ТУШЕНАЯ	50	4,4	4,0	0,0	53,9	0,11	0,02	0,02	0,00	0,00	7,87	54,10	7,85	0,14	96,89	38,45	0,01	0,18	242	2012	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	5,0	7,0	32,0	211,2	0,00	0,06	0,02	0,04	0,12	8,80	37,78	6,72	0,85	58,64	0,70	0,01	0,01	317	2012	
САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЗЕЛ. ГОРОШ.	30	0,4	3,8	2,0	44,5	0,65	0,01	0,02	0,57	0,00	14,21	15,47	10,23	0,28	59,40	1,44	0,00	0,01	41	2012	
КОМПОТ	150	0,0	0,0	7,7	31,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,31	0,00	1,37	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	376	2012	
ХЛЕБ	35	2,4	0,2	15,8	74,6	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	7,25	26,46	10,40	0,63	40,64	0,00	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	525	13,7	17,5	69,0	490,0	6,51	0,21	0,12	0,73	0,12	59,18	175,12	54,27	2,61	661,69	44,44	0,02	0,22			
Полдник																					
ЙОГУРТ	200	5,6	5,0	9,0	113,0	1,40	0,06	0,34	0,05	0,00	240,00	190,00	28,00	0,00	292,00	0,00	0,00	0,04		2008	
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	6,3	21,5	18,8	295,7	0,86	0,09	0,21	0,11	0,30	176,22	157,21	42,73	1,01	293,69	15,25	0,00	0,00	94	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,0	0,0	17,4	69,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,79	0,00	1,22	0,00	0,95	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	620	14,5	26,9	62,2	560,0	2,26	0,22	0,58	0,16	0,30	429,21	382,01	79,55	2,61	641,04	17,49	0,00	0,04			
Всего за день:		36,5	56,7	182,3	1 400,0	11,50	0,52	0,90	0,96	0,52	690,37	735,42	173,99	6,35	#####	78,25	0,02	0,26			

3 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,0	3,6	24,0	149,0	0,30	0,11	0,07	0,02	0,02	71,09	105,09	29,37	0,88	148,10	6,56	0,00	0,01	184	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	1,8	6,8	12,4	118,2	0,00	0,03	0,01	0,05	0,11	5,45	17,01	3,12	0,25	23,19	0,00	0,00	0,00	1	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,0	0,0	3,2	12,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,57	0,00	1,00	0,00	0,43	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	347	6,8	10,4	39,6	280,0	0,30	0,14	0,08	0,07	0,13	81,11	122,10	33,49	1,13	171,72	6,56	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,9	1,2	8,9	50,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,48	10,80	2,40	0,25	13,20	0,00	0,00	0,00		2008	
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Итого за прием пищи:	112	1,4	1,3	18,8	93,0	2,00	0,02	0,01	0,00	0,00	10,48	17,80	6,40	1,65	13,20	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	1,4	4,9	6,7	76,9	5,33	0,03	0,04	0,18	0,00	32,39	33,47	16,12	0,75	237,37	4,52	0,00	0,02	57	2012	
КУРИНОЕ МЯСО С ПОДЛИВОЙ	50	4,0	8,0	3,1	100,7	0,61	0,02	0,03	0,19	0,00	10,04	36,96	7,36	0,43	72,78	1,90	0,00	0,03	302	2012	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	4,9	15,7	116,2	7,61	0,09	0,08	0,03	0,08	26,80	61,96	21,39	0,88	559,36	6,19	0,00	0,03	321	2012	
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	30	0,3	2,8	1,1	30,6	2,00	0,01	0,01	0,02	0,00	4,99	9,27	4,37	0,26	62,87	0,71	0,00	0,00		2012	
КИСЕЛЬ	150	0,0	0,0	20,7	82,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,65	3,24	1,44	0,00	0,64	0,00	0,00	0,00	411	2008	
ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,70	45,15	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	525	10,7	20,8	64,9	490,0	15,55	0,21	0,18	0,42	0,08	90,92	174,30	62,23	3,02	978,17	13,32	0,00	0,09			
Полдник																					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,8	8,5	25,3	192,8	0,00	0,05	0,02	0,00	0,02	9,01	31,86	5,77	0,36	49,61	0,71	0,01	0,01	469	2012	
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	4,4	13,9	13,9	199,2	0,70	0,04	0,15	0,07	0,18	142,40	110,26	19,34	0,21	207,35	12,27	0,00	0,00	90	2012	
КОМПОТ	150	0,0	0,0	12,6	50,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,40	0,00	1,37	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	376	2012	
ХЛЕБ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	420	11,3	22,6	71,9	537,0	0,70	0,15	0,19	0,07	0,20	167,01	175,72	39,68	1,37	309,41	12,98	0,01	0,02			
Всего за день:		30,2	55,1	195,2	1 400,0	18,55	0,52	0,46	0,56	0,41	349,52	489,92	141,80	7,17	#####	32,86	0,01	0,12			

4 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША МАННАЯ	155	3,5	2,5	20,6	118,1	0,14	0,04	0,04	0,01	0,03	37,64	40,99	8,33	0,27	76,11	2,49	0,00	0,00	416	2012	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/5	2,6	4,4	10,8	93,5	0,01	0,02	0,02	0,03	0,05	38,38	32,42	4,00	0,25	23,77	0,00	0,00	0,00	1	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,8	2,9	7,5	68,4	0,45	0,02	0,09	0,01	0,00	92,42	72,24	17,13	0,42	152,46	7,70	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	355	8,9	9,8	38,9	280,0	0,60	0,08	0,15	0,05	0,08	168,44	145,65	29,46	0,94	252,34	10,19	0,00	0,00			
II Завтрак																					
ВАФЛИ	12	0,3	0,4	9,3	42,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,92	4,32	1,20	0,18	16,80	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	100/5	0,0	0,0	6,9	27,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,27	0,00	0,70	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	117	0,3	0,4	16,2	70,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,19	4,32	1,90	0,18	17,25	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА М/Б	150	6,3	3,8	16,1	125,3	5,21	0,12	0,06	0,04	0,06	54,91	137,51	33,49	1,78	425,37	1,00	0,01	0,02	104	2008	
ПЛОВ С МЯСОМ	130	11,2	10,3	22,0	225,2	0,35	0,04	0,07	0,14	0,00	10,94	121,18	25,10	1,46	215,51	4,52	0,00	0,04	265	2008	
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	30	0,5	2,5	1,3	29,5	4,39	0,01	0,01	0,00	0,00	12,12	8,52	3,87	0,25	49,45	0,81	0,00	0,00		2012	
КОМПОТ	150	0,0	0,0	6,8	27,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,29	0,00	1,37	0,00	0,67	0,00	0,00	0,00	376	2012	
ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,70	45,15	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	495	20,7	16,8	63,8	490,0	9,95	0,23	0,16	0,18	0,06	92,31	296,61	75,38	4,19	736,15	6,33	0,01	0,07			
Полдник																					
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144,0	15,00	0,06	0,08	0,04	0,00	12,00	42,00	63,00	0,90	522,00	0,00	0,00	0,00		2008	
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ	150/30	14,0	26,4	11,7	343,3	0,14	0,04	0,16	0,14	0,46	102,50	140,96	15,00	0,47	102,81	0,99	0,02	0,02		2012	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,1	0,0	17,9	72,7	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	10,27	2,34	2,92	0,18	13,07	0,00	0,00	0,00	393	2012	
Итого за прием пищи:	537	16,4	27,2	61,1	560,0	15,84	0,10	0,24	0,18	0,46	124,77	185,30	80,92	1,55	637,88	0,99	0,02	0,02			
Всего за день:		46,3	54,2	180,0	1 400,0	26,39	0,41	0,55	0,41	0,60	390,71	631,88	187,66	6,86	#####	17,51	0,03	0,09			

5 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,1	6,0	20,9	159,0	0,42	0,08	0,11	0,03	0,06	97,00	117,97	23,16	1,07	177,06	7,35	0,02	0,00	189	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	2,0	4,9	13,4	105,5	0,00	0,03	0,01	0,04	0,08	5,54	17,85	3,38	0,27	24,67	0,00	0,00	0,00	1	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,0	0,0	3,9	15,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,58	0,00	1,00	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	347	7,1	10,9	38,2	280,0	0,42	0,11	0,12	0,07	0,14	107,12	135,82	27,54	1,34	202,18	7,35	0,02	0,00			
II Завтрак																					
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,9	1,2	8,9	50,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,48	10,80	2,40	0,25	13,20	0,00	0,00	0,00		2008	
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Итого за прием пищи:	112	1,4	1,3	18,8	93,0	2,00	0,02	0,01	0,00	0,00	10,48	17,80	6,40	1,65	13,20	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
РАССОЛЬНИК ПЕРЛОВОЙ НА К/Б	150	1,3	2,2	9,3	62,2	3,78	0,05	0,03	0,09	0,00	17,58	37,97	14,18	0,59	269,80	2,45	0,00	0,02	73	2012	
КУРИНОЕ ФИЛЕ С ПОДЛИВОЙ	50	4,1	5,3	2,5	74,4	1,36	0,02	0,03	0,09	0,00	7,56	38,47	7,42	0,46	126,53	2,19	0,00	0,03	308	2008	
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	110	6,2	3,5	28,2	168,5	0,00	0,16	0,09	0,01	0,03	16,11	137,34	92,34	3,23	193,71	1,68	0,00	0,01	181	2008	
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	30	0,3	2,0	1,0	23,2	1,82	0,01	0,01	0,02	0,00	4,76	8,83	4,04	0,24	57,56	0,67	0,00	0,00		2012	
КИСЕЛЬ	150	0,0	0,0	19,7	78,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,49	3,06	1,44	0,00	0,63	0,00	0,00	0,00	411	2008	
ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,70	45,15	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	525	14,6	13,2	78,3	490,0	6,96	0,30	0,18	0,21	0,03	62,55	255,07	130,97	5,22	693,38	6,99	0,00	0,07			
Полдник																					
ОЛАДЫ СО СМЕТАНОЙ	45/5	2,5	13,0	13,8	182,7	0,02	0,03	0,03	0,05	0,14	16,98	25,95	4,11	0,24	44,07	1,82	0,01	0,01	449	2012	
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	180	4,7	12,4	16,0	195,3	0,57	0,05	0,13	0,07	0,17	118,87	92,15	15,07	0,36	180,22	10,12	0,00	0,00	112	2008	
КОМПОТ	180	0,0	0,0	19,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,01	0,00	1,70	0,00	1,17	0,00	0,00	0,00	402	2008	
ХЛЕБ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	450	9,8	25,8	66,2	537,0	0,59	0,15	0,19	0,12	0,31	151,06	152,90	28,48	2,20	279,86	14,18	0,01	0,01			
Всего за день:		32,9	51,2	201,5	1 400,0	9,97	0,58	0,50	0,40	0,48	331,21	561,59	193,39	10,41	#####	28,52	0,03	0,08			

6 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША "ДРУЖБА"	155	3,7	4,7	13,1	110,2	0,48	0,05	0,10	0,02	0,03	99,23	88,15	17,80	0,30	154,95	8,74	0,00	0,00	190	2008	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35/5	1,6	4,3	13,7	100,0	1,60	0,02	0,01	0,03	0,07	5,41	15,15	3,29	0,24	25,60	0,00	0,00	0,00	2	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,7	2,8	8,1	69,7	0,44	0,02	0,09	0,01	0,00	90,36	69,32	15,79	0,36	145,62	7,56	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	355	8,0	11,8	34,9	279,9	2,52	0,09	0,20	0,06	0,10	195,00	172,62	36,88	0,90	326,17	16,30	0,00	0,00			
II Завтрак																					
ВАФЛИ	12	0,3	0,4	9,3	42,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,92	4,32	1,20	0,18	16,80	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	100/5	0,0	0,0	6,9	27,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,27	0,00	0,70	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	117	0,3	0,4	16,2	70,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,19	4,32	1,90	0,18	17,25	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б	150	1,3	3,7	5,7	62,3	7,51	0,03	0,03	0,16	0,00	30,67	29,41	13,63	0,60	205,45	3,21	0,00	0,01	67	2012	
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50	8,7	9,1	7,8	147,5	0,05	0,04	0,06	0,01	0,05	16,26	87,19	13,50	1,30	166,63	3,66	0,00	0,02	305	2012	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,0	2,9	25,5	144,1	0,00	0,05	0,01	0,01	0,05	6,68	29,66	5,37	0,68	46,33	0,56	0,01	0,01	209	2008	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	30	0,3	2,3	2,0	30,0	0,91	0,00	0,01	0,00	0,00	8,78	9,08	4,55	0,29	65,09	1,58	0,00	0,00	48	2008	
КОМПОТ	150	0,0	0,0	5,8	23,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,49	0,00	1,42	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	402	2008	
ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,70	45,15	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	525	17,0	18,2	64,4	490,0	8,47	0,18	0,13	0,18	0,10	76,93	184,74	50,02	3,57	529,30	9,01	0,01	0,05			
Полдник																					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ	40	6,4	10,9	40,5	284,9	1,22	0,09	0,05	0,01	0,07	17,10	60,85	12,23	0,75	160,84	2,26	0,02	0,02	454	2012	
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	4,8	9,4	12,0	152,9	0,70	0,06	0,16	0,05	0,09	142,32	119,67	30,03	0,62	228,64	12,41	0,00	0,00	90	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/7/3	0,1	0,0	9,8	40,6	0,93	0,00	0,00	0,00	0,00	6,81	1,15	1,64	0,05	10,09	0,00	0,00	0,00	431	2008	
ХЛЕБ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	420	13,9	20,7	79,3	560,0	2,85	0,22	0,24	0,06	0,16	173,43	216,47	51,50	3,02	453,97	16,91	0,02	0,02			
Всего за день:		39,2	51,1	194,8	1 399,9	13,84	0,49	0,57	0,30	0,36	450,55	578,15	140,30	7,67	#####	42,22	0,03	0,07			

7 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,2	4,2	20,6	142,2	0,46	0,08	0,11	0,02	0,02	103,32	121,57	23,76	1,06	185,41	7,93	0,02	0,00	189	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	1,6	8,0	10,9	122,3	0,00	0,02	0,02	0,07	0,14	5,07	15,36	2,73	0,23	20,67	0,00	0,00	0,00	1	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,0	0,0	3,9	15,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,46	0,00	1,42	0,00	0,59	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	357	6,8	12,2	35,4	280,0	0,46	0,10	0,13	0,09	0,16	114,85	136,93	27,91	1,29	206,67	7,93	0,02	0,00			
II Завтрак																					
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,9	1,2	8,9	50,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,48	10,80	2,40	0,25	13,20	0,00	0,00	0,00		2008	
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Итого за прием пищи:	112	1,4	1,3	18,8	93,0	2,00	0,02	0,01	0,00	0,00	10,48	17,80	6,40	1,65	13,20	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
СУП С ВЕРМИШЕЛЮ НА К/Б	150	1,6	2,4	10,6	70,3	2,71	0,04	0,03	0,14	0,04	13,89	27,02	11,19	0,52	192,73	2,03	0,00	0,01	101	2008	
КУРИНОЕ МЯСО С ПОДЛИВОЙ	50	4,0	8,1	3,1	101,3	0,62	0,02	0,03	0,20	0,00	10,29	37,14	7,55	0,43	73,80	1,93	0,00	0,03	302	2012	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,2	5,1	14,7	113,7	7,12	0,08	0,07	0,03	0,08	26,28	58,77	20,10	0,82	524,18	5,88	0,00	0,02	321	2012	
ВИНЕГРЕТ	40	0,5	3,0	3,2	42,2	1,62	0,02	0,01	0,13	0,00	9,94	16,26	7,57	0,35	112,28	1,56	0,00	0,01	45	2012	
КИСЕЛЬ	150	0,0	0,0	19,9	79,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,50	3,06	1,44	0,00	0,64	0,00	0,00	0,00	411	2008	
ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,70	45,15	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	535	11,0	18,8	69,1	490,0	12,07	0,22	0,16	0,50	0,12	76,95	171,65	59,40	2,82	948,78	11,40	0,00	0,08			
Полдник																					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,9	8,5	30,7	214,9	0,00	0,05	0,02	0,00	0,02	9,24	32,52	5,90	0,36	50,81	0,72	0,01	0,01	469	2012	
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	4,3	10,7	12,8	165,7	0,70	0,04	0,15	0,06	0,12	141,91	108,27	18,89	0,19	205,73	12,25	0,00	0,00	90	2012	
КОМПОТ	150	0,3	0,2	14,2	61,7	3,00	0,01	0,01	0,01	0,00	24,72	11,06	11,46	0,73	160,99	1,20	0,00	0,01	372	2012	
ХЛЕБ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	420	11,6	19,6	77,8	537,0	3,70	0,16	0,20	0,07	0,14	185,07	185,45	49,45	2,08	469,13	14,17	0,01	0,03			
Всего за день:		30,8	51,9	201,1	1 400,0	18,23	0,50	0,50	0,66	0,42	387,35	511,83	143,16	7,84	#####	33,50	0,03	0,11			

8 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	155	5,2	4,7	19,3	141,2	0,32	0,11	0,11	0,02	0,04	73,96	121,61	58,73	1,87	198,61	6,49	0,00	0,01	184	2008	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/5	3,0	2,1	12,9	83,0	0,03	0,03	0,02	0,02	0,00	47,17	40,35	4,94	0,30	27,24	0,00	0,00	0,00	3	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,2	2,2	6,5	55,8	0,33	0,02	0,07	0,01	0,00	71,22	56,39	14,50	0,39	120,04	5,80	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	345	10,4	9,0	38,7	280,0	0,68	0,16	0,20	0,05	0,04	192,35	218,35	78,17	2,56	345,89	12,29	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ВАФЛИ	12	0,3	0,4	9,3	42,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,92	4,32	1,20	0,18	16,80	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	100/5	0,0	0,0	6,9	27,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,27	0,00	0,70	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	117	0,3	0,4	16,2	70,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,19	4,32	1,90	0,18	17,25	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
РАССОЛЬНИК ПЕРЛОВОЙ НА М/Б	150	1,8	3,2	13,5	90,4	5,44	0,07	0,05	0,18	0,05	21,25	53,47	20,45	0,81	394,87	3,58	0,00	0,02	91	2008	
ПЛОВ С МЯСОМ	130	11,2	12,4	22,0	244,4	0,35	0,04	0,07	0,14	0,00	10,94	121,22	25,10	1,46	215,51	4,52	0,00	0,04	265	2008	
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ.	30	0,5	2,9	2,2	37,9	0,78	0,02	0,02	0,57	0,00	15,11	17,30	10,85	0,30	62,58	1,44	0,00	0,01	41	2012	
КОМПОТ	150	0,0	0,0	8,6	34,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,54	0,00	1,42	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	402	2008	
ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,70	45,15	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	495	16,2	18,7	63,9	490,0	6,57	0,19	0,16	0,89	0,05	61,89	221,39	69,37	3,27	718,85	9,54	0,00	0,08			
Полдник																					
ЯБЛОКИ	95	0,4	0,4	9,6	46,0	4,03	0,02	0,02	0,00	0,00	14,52	9,98	7,26	2,00	280,22	2,02	0,00	0,01	423	2008	
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ	160/20	17,5	31,2	25,0	453,1	0,20	0,06	0,25	0,16	0,39	138,27	205,15	21,80	0,72	146,41	1,64	0,03	0,03		2012	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/7/3	0,2	0,0	14,9	60,9	0,70	0,00	0,01	0,00	0,00	8,98	5,28	3,84	0,48	22,51	0,00	0,00	0,00	431	2008	
Итого за прием пищи:	435	18,1	31,6	49,5	560,0	4,93	0,08	0,28	0,16	0,39	161,77	220,41	32,90	3,20	449,14	3,66	0,03	0,04			
Всего за день:		45,0	59,7	168,3	1 400,0	12,18	0,43	0,64	1,10	0,48	421,20	664,47	182,34	9,21	#####	25,49	0,03	0,13			

9 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,6	7,3	10,7	123,7	0,75	0,05	0,11	0,04	0,08	100,98	93,47	19,90	0,42	167,84	8,25	0,00	0,01	189	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	1,9	8,9	12,4	137,7	0,00	0,03	0,02	0,07	0,15	5,76	17,50	3,12	0,26	23,58	0,00	0,00	0,00	1	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,0	0,0	4,6	18,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,60	0,00	1,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	347	5,5	16,2	27,7	280,0	0,75	0,08	0,13	0,11	0,23	111,34	110,97	24,02	0,68	191,90	8,25	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ПЕЧЕНЬЕ	12	0,9	1,2	8,9	50,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,48	10,80	2,40	0,25	13,20	0,00	0,00	0,00		2008	
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Итого за прием пищи:	112	1,4	1,3	18,8	93,0	2,00	0,02	0,01	0,00	0,00	10,48	17,80	6,40	1,65	13,20	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б	150	3,3	1,5	10,6	69,5	2,46	0,10	0,04	0,10	0,02	21,26	44,09	18,34	1,10	259,01	2,35	0,00	0,01	99	2008	
ПТИЦА ТУШЕНАЯ	50	6,6	7,3	1,5	97,8	0,26	0,02	0,04	0,02	0,00	9,73	50,55	5,84	0,48	76,33	2,60	0,01	0,04	301	2012	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,0	2,6	25,5	141,9	0,00	0,05	0,01	0,01	0,04	6,65	29,62	5,37	0,68	46,28	0,56	0,01	0,01	209	2008	
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	30	0,3	1,8	1,0	22,2	4,80	0,01	0,01	0,02	0,00	5,28	9,77	4,65	0,27	60,08	0,68	0,00	0,00	23	2008	
КИСЕЛЬ	150	0,0	0,0	18,9	75,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,48	3,06	1,44	0,00	0,61	0,00	0,00	0,00	411	2008	
ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,70	45,15	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	525	16,9	13,4	75,1	490,0	7,52	0,24	0,12	0,15	0,06	59,45	166,49	47,19	3,23	487,46	6,19	0,02	0,07			
Полдник																					
БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ	50	3,3	13,3	35,6	273,0	3,20	0,04	0,03	0,08	0,32	14,37	30,58	6,98	0,42	66,46	1,12	0,01	0,01	447	2012	
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,4	0,3	60,7	0,00	0,02	0,12	0,08	0,88	18,63	61,21	3,83	0,80	55,79	7,97	0,01	0,02	213	2012	
КОМПОТ	150	0,4	0,2	28,8	121,7	3,80	0,02	0,02	0,01	0,00	30,86	14,03	14,37	0,93	204,77	1,52	0,00	0,01	372	2012	
ХЛЕБ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	280	11,2	18,3	81,7	537,0	7,00	0,15	0,20	0,17	1,20	71,06	140,62	32,78	3,75	381,42	12,85	0,02	0,04			
Всего за день:		35,0	49,2	203,3	1 400,0	17,27	0,49	0,46	0,43	1,49	252,33	435,88	110,39	9,31	#####	27,29	0,04	0,12			

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША МАННАЯ	155	4,1	2,9	20,1	122,5	0,29	0,04	0,07	0,01	0,02	65,79	60,29	11,26	0,28	115,93	5,07	0,00	0,00	416	2012
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35/5	1,2	4,3	11,2	87,8	1,88	0,02	0,01	0,04	0,07	4,45	11,40	2,61	0,18	21,09	0,00	0,00	0,00	2	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,9	3,0	7,6	69,7	0,46	0,02	0,10	0,01	0,00	94,57	73,83	17,36	0,43	155,67	7,90	0,00	0,00	397	2012
Итого за прием пищи:	355	8,2	10,2	38,9	280,0	2,63	0,08	0,18	0,06	0,09	164,81	145,52	31,23	0,89	292,69	12,97	0,00	0,00		
II Завтрак																				
ВАФЛИ	12	0,3	0,4	9,3	42,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,92	4,32	1,20	0,18	16,80	0,00	0,00	0,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	100/5	0,0	0,0	6,9	27,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,27	0,00	0,70	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	117	0,3	0,4	16,2	70,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,19	4,32	1,90	0,18	17,25	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б	150	1,3	2,8	6,9	59,0	5,96	0,03	0,04	0,18	0,00	30,79	31,24	16,07	0,77	226,20	4,10	0,00	0,01	56	2012
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ПОДЛИВОЙ	50	6,4	5,8	5,7	100,7	0,36	0,02	0,04	0,00	0,02	6,05	60,24	9,00	0,83	126,90	2,65	0,00	0,02	287	2012
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	110	6,2	5,6	28,2	188,0	0,00	0,16	0,09	0,02	0,08	16,38	137,75	92,34	3,24	194,12	1,68	0,00	0,01	181	2008
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ.	40	0,6	2,4	3,0	36,4	0,98	0,02	0,03	0,81	0,00	20,48	22,79	14,81	0,40	85,79	2,04	0,00	0,02	41	2012
КОМПОТ	150	0,0	0,0	5,7	22,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,49	0,00	1,42	0,00	0,65	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	29,40	11,55	0,70	45,15	0,00	0,00	0,01		2008
Итого за прием пищи:	535	17,2	16,8	67,1	489,9	7,30	0,29	0,22	1,01	0,10	88,24	281,42	145,19	5,94	678,81	10,47	0,00	0,07		
Полдник																				
ЙОГУРТ	200	10,0	6,4	17,0	174,0	1,20	0,06	0,30	0,05	0,00	238,00	192,00	28,00	0,20	280,00	18,00	0,00	0,04		2008
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5,6	18,4	26,3	294,2	0,77	0,05	0,17	0,10	0,26	156,13	136,33	26,16	0,33	238,80	13,58	0,00	0,01	94	2012
ХЛЕБ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	8,10	39,15	8,55	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	425	18,6	25,2	62,4	560,0	1,97	0,19	0,51	0,15	0,26	402,23	367,48	62,71	2,33	580,00	34,10	0,00	0,05		
Всего за день:		44,3	52,6	184,6	1 399,9	11,90	0,56	0,91	1,22	0,45	660,47	798,74	241,03	9,34	#####	57,54	0,00	0,12		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	371,5	546,1	1 883,6	13 999,8	155,73	4,86	5,99	6,69	5,77	4 337,55	5 901,85	1 642,47	80,54	14 080,03	372,40	0,24	1,21
Среднее значение за период	37,2	54,6	188,4	1 400,0	15,57	0,49	0,60	0,67	0,58	433,76	590,19	164,25	8,05	1 408,00	37,24	0,02	0,12
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	10,6	35,1	54,3														

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Ясли 12 часов	351	115	518	445